



医师报讯（融媒体记者 黄晶）蓝色给人无限的遐想，代表着未来与希望，每年的11月14日，联合国糖尿病日当天，各地的标志性建筑就会点亮蓝光，发起健康宣言，共同守护糖尿病患者健康。

疫霾重重，阻碍不断人们对健康的渴望。今年的联合国糖尿病日，由中华医学会糖尿病学分会（CDS）主办的“2022联合国糖尿病日暨蓝光行动公益行动”在线上召开。同时各地还组织了具有代表性的点亮蓝光行动，当蓝光亮起的时候，将糖尿病教育推向一个新高潮。



查看更多蓝光瞬间
扫一扫

2022年联合国糖尿病日暨蓝光行动

教育保护明天

主委寄语

CDS主任委员朱大龙教授倡议，糖尿病及其相关领域的医务工作者们要投身到糖尿病患者的科普健康教育中，努力用公众听得懂、听得到、听得进的语言，将糖尿病的防控知识传递给患者及家属，提高公众的知晓率，唤起全社会对糖尿病的重视。

CDS前任主委贾伟平院士呼吁，要加强对糖尿病高危人群和糖尿病患者健康教育，通过健康管理来控制不健康饮食，增加身体活动，减少超重肥胖，改善糖尿病的临床结局。

CDS前任主委纪立农教授强调，通过教育，公众才能提高预防糖尿病的意识，达到早期发现、早期治疗的目标；通过教育，医务人员才能更好地将医学技能和知识应用到患者管理；通过教育，患者及其家属才能获得更多的知识和技能来管理糖尿病。

CDS候任主委郭立新教授主持了此次活动，他强调，今天的主题“教育保护明天”意义丰富，既保护患者的明天不受并发症困扰，也保护社会的健康，下一代的健康，迎接更健康的明天。

正值联合国糖尿病日，《医师报》直播中心精彩呈现 防糖尿病肾病：1元筛查 10元效益

“糖尿病危害大，需要全社会共同参与，共同防控。”11月13日，由《医师报》社主办的“联合国糖尿病日：糖尿病肾病 不可忽视的危险并发症”直播活动中，《医师报》社执行社长兼执行总编辑张艳萍表示，“教育保护明天”正是联合国糖尿病日“人人享有糖尿病健康管理”的具体体现。为了践行联合国糖尿病日的号召，《医师报》社特邀请中西医权威专家，深入探讨糖尿病及其并发症的防控策略。



扫一扫
观看直播回放

全社会共同参与

山东大学齐鲁医院陈丽教授认为，作为医务工作者，我们需要尽到的责任和义务就是普及，通过教育，让大众了解糖尿病，提前对糖尿病进行诊断和评估，为糖尿病患者提供更好的管理。

教育应包括对医生的教

育和对社会的教育，需要全社会的力量共同打造一个自我管理、社会管理、医疗管理的综合管理体系。

陈丽教授认为，医务工作者应该包括三层：第一层是领导者，即政策制定者，制定有利于糖尿病防控的政策，通过

宣传部门让大众熟知；第二层是各大药企，如果没有药企的支持，医生甚至没有上战场的武器，拿什么来守护健康？第三层是冲在第一线的医护们，他们与广大群众一起，共同筑起糖尿病防护的长城。陈丽教授强调，三层人员，缺一不可。

重视筛查

糖尿病患病人群年轻化是目前糖尿病防控中面临的严重问题，很多患者往往肥胖、高血压、糖尿病、高血脂等危险因素叠加，对健康造成了极大的威胁。而知晓率低、治疗率低、达标率低更是糖尿病防控长期的难题。

临床中，很多患者因为视力障碍、肾脏损伤等就诊，仔细一查才发现，这些都是因严重的糖尿病并发症而起。“有的患者不知道自己患病，有的

患者知道患病也不好控制血糖，多年的糖尿病病史最终导致眼盲、肾衰、脑梗和心梗等严重并发症。此时再治疗，花费又大，效果又很差。”陈丽教授强调，糖尿病慢性并发症筛查率低，给国家、社会和家庭都带来了沉重的负担。她呼吁政府和卫生部门重视糖尿病并发症的筛查，用1元钱的筛查可收获10元钱的效益。

在山东省卫健委的支持下，陈丽教授牵头开展了“三

高共管项目”，从县、区、乡建立“三高之家”，进行科普宣传和指南推广等，三年的糖尿病管理卓有成效。陈丽教授强调，糖尿病可防可治，一定要贯彻预防为主、关口前移的策略，智慧管理、着眼未来，营造全社会防控糖尿病的良好氛围。同时，也希望《医师报》等行业媒体参与进来，作为专业与政府之间的桥梁，推动糖尿病防治信息的应用，助力糖尿病防治工作。



糖尿病肾病可逆转

糖尿病肾病起病隐匿，初期症状不典型，很容易错过早期诊断。据统计，20%~40%的糖尿病患者合并糖尿病肾病，而全球终末期肾病患者合并糖尿病的比例高于30%。也就是说，每3个糖尿病患者中就有1个合并肾脏病变，而每3个终末期肾病（透析、肾移植）患者中，就有1个由糖尿病肾病发展而来。广东省中医院范冠杰教授强调，糖尿病肾病发生和发展受血糖、血压、血脂等多种因素影响，早防早治是糖尿病肾病防控的关键。

糖尿病肾病的防治需预防、早期治疗以及针对晚期糖尿病肾病的综合治疗。要帮助糖尿病肾病患者树立信心和决心。糖尿

病肾病在发现早期如果积极治疗，大部分患者可以治愈，也就是糖尿病肾病早期可逆。到临床大量蛋白尿之后，虽然很多患者都不可逆，但仍有部分患者通过中西医结合治疗，可延缓糖尿病肾病的进程，部分患者仍可逆。重视它而不恐惧它，可通过对患者的科普教育，让患者理性、直观地了解糖尿病肾病早期筛查、早期诊治的意义，同时也让患者打消对糖尿病肾病的恐惧。

一旦确诊，要避免或者延迟糖尿病肾病病程的进展；再次，控制血糖、血压、肥胖、血脂、尿酸等可控的危险因素，改变不良生活习惯，将糖尿病肾病的防控融入到日常生活的每一天。